



献立表



小・中・高・高専

予定献立表（材料の都合上献立を変更することがあります。また、高校にも同様の献立表を配布していますが、高校は牛乳はつきませんのでご了承願います。）

月	火	水	木	金
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <h3>防災の日給食</h3> <p>先月の献立表でも紹介しましたが、9月1日（金）は防災の日です。これに伴い、9月5日（火）に「防災の日給食」を実施します。献立は、救給カレー、牛乳、ハムのマリネサラダ、ポトフです。救給カレーは、災害時でもそのまま食べるができますが、今回は温めて提供します。昨年は、台風の影響で道内各地で多くの被害にあいました。災害時についての意識を高める日になれば幸いです。</p> </div> <div style="width: 30%;"> <h3>元気くんの日</h3> <p>今月の元気くんの日は9月20日（水）です。元気くんメニューは「呉汁」です。「呉汁」とは、すりつぶした大豆を入れた味噌汁のことです。呉汁は、日本各地の郷土料理です。大豆や野菜が豊富に入っているため、栄養価が高く日本各地で親しまれてきました。本別町産の白大豆をすりつぶして使用しています。お楽しみに！</p> </div> <div style="width: 30%; text-align: center;"> <p>体温や働く力 からだを作る 調子を整える</p> </div> </div>				1
				味噌ラーメン 牛乳 揚げ餃子
				ラーメン、油、砂糖、小麦粉、でん粉
				牛乳、豚肉、鶏肉、わかめ
				人参、長ねぎ、玉ねぎ、にら、チンゲン菜、もやし、キャベツ、コーン、生姜、にんにく、ひじき
4	5 防災の日給食	6	7	8
親子丼 牛乳 茎わかめサラダ 味噌汁（えのき）	救給カレー 牛乳 ハムのマリネサラダ ポトフ	ご飯 牛乳 ホキの袖味噌焼き 白菜と青菜のごま和え すまし汁（わかめ、豆腐）	ご飯 牛乳 鶏の照り焼き チョレギサラダ 味噌汁（じゃがいも）	かき揚げうどん 牛乳 杏仁デザート
ご飯、砂糖	ご飯、じゃがいも、油、バター	ご飯、砂糖、ごま	ご飯、砂糖、ごま、じゃがいも	うどん、砂糖、油、小麦粉
牛乳、鶏肉、卵、茎わかめ、味噌	牛乳、ハム、ベーコン、ウインナー	牛乳、ホキ、わかめ、豆腐、味噌	牛乳、鶏肉、わかめ、味噌	牛乳、鶏肉、つと巻き
きゅうり、玉ねぎ、人参、大根、えのき茸、椎茸、みつば	キャベツ、ピーマン、人参、きゅうり、トマト、玉ねぎ、レタス、コーン、ぶなしめじ	小松菜、長ねぎ、人参、白菜	キャベツ、人参、長ねぎ	人参、長ねぎ、ほうれん草、椎茸、玉ねぎ、ごぼう、春菊、みかん、パイン、アロエ
11	12	13	14	15
ご飯 牛乳 厚焼き玉子 ブロッコリーのおかか和え すき焼風煮	ミルクパン 牛乳 チーズインハンバーグ 野菜サラダ マカロニシチュー	野菜の華やかご飯 牛乳 ほっけの照り焼き 白和え 味噌汁（なめこ）	ご飯 牛乳 回鍋肉 もやしのサラダ ワンタンスープ	和風スパゲティ 牛乳 ジュリエンスープ アメリカンドック
ご飯、砂糖、ごま、油	パン、砂糖、バター、マカロニ、じゃがいも、小麦粉、パン粉	ご飯、砂糖、ごま、でん粉	ご飯、砂糖、油、ワンタン	スパゲティ、砂糖、バター、油、じゃがいも、小麦粉、でん粉、パン粉
牛乳、卵、豚肉、焼き豆腐、かつお節、小桜えび	牛乳、豚肉、鶏肉、ハム、チーズ、卵	牛乳、ほっけ、豆腐、味噌	牛乳、豚肉、味噌	牛乳、豚肉、大豆水煮、魚肉
玉ねぎ、人参、白菜、長ねぎ、椎茸、ブロッコリー	キャベツ、きゅうり、人参、玉ねぎ、りんご果汁	大根、ほうれん草、人参、なめこ、青菜、南瓜、梅、とうもろこし	キャベツ、もやし、長ねぎ、人参、ほうれん草、ピーマン、椎茸	セロリー、ピーマン、人参、玉ねぎ、椎茸、ぶなしめじ
18	19	20 元気くんの日	21	22
<h3>敬老の日</h3>	クロワッサン 牛乳 クリスマスチキン スパゲティソテー オニオングラタンスープ	ご飯 牛乳 さんまのおかか煮 からし和え 呉汁	チキンカレー 牛乳 フルーツのゼリー和え	あんかけ焼きそば 牛乳 野菜春巻き
	パン、スパゲティ、油、小麦粉、でん粉、パン粉	ご飯、砂糖、ごま、里芋	ご飯、はと麦、じゃがいも	中華めん、油、砂糖、小麦粉、でん粉、春雨
	牛乳、鶏肉、ベーコン、チーズ	牛乳、さんま、豚肉、油揚げ、味噌、大豆水煮、かつお節	牛乳、鶏肉	牛乳、豚肉、鶏肉、えび、いか、うずらの卵
玉ねぎ、人参、ピーマン、ぶなしめじ	ごぼう、白菜、長ねぎ、大根、ほうれん草、人参、もやし	玉ねぎ、人参、みかん、パイン	玉ねぎ、人参、白菜、椎茸、竹の子、キャベツ、もやし	
25	26	27	28	29
ご飯 牛乳 鶏の唐揚げ ほうれん草ともやしのお浸し 味噌汁（キャベツ、生揚げ）	たまごパン 牛乳 野菜メンチカツ ポテトサラダ 南瓜ボールスープ	ご飯 牛乳 さばの塩焼き 大豆の磯煮 味噌汁（絹さや）	ご飯 牛乳 ブルコギ 三色ナムル もずくのスープ	チャンボン麺 牛乳 肉焼売
ご飯、油、砂糖、でん粉	パン、油、砂糖、マヨネーズ、じゃがいも、パン粉、でん粉	ご飯、油、砂糖	ご飯、油、砂糖、ごま	ラーメン、砂糖、小麦粉、でん粉、パン粉
牛乳、鶏肉、生揚げ、味噌	牛乳、豚肉、ハム	牛乳、さば、鶏肉、油揚げ、豆腐、大豆水煮、ひじき、味噌	牛乳、豚肉、もずく	牛乳、豚肉、鶏肉、えび、いか
キャベツ、人参、もやし、ほうれん草	きゅうり、長ねぎ、人参、ぶなしめじ、南瓜、玉ねぎ、キャベツ	ごぼう、人参、絹さや、こんにゃく	玉ねぎ、ほうれん草、にら、白菜、人参、もやし	キャベツ、人参、長ねぎ、小ねぎ、玉ねぎ、もやし、生姜、にんにく